

Programme de formation · Évaluer les risques professionnels et construire son DUERP

Une journée de 7 heures de formation effective (9 h 00-12 h 30 et 13 h 30-17 h 30, deux pauses de 15 min non comprises), en intra-entreprise : la méthode le matin, l'évaluation des unités de travail réelles de l'entreprise l'après-midi

Informations générales

Public	Dirigeants de TPE et de PME de moins de 50 salariés, accompagnés s'ils le souhaitent de leur salarié désigné compétent en santé et sécurité au travail (article L.4644-1 du Code du travail)		
Prérequis	Aucun prérequis de diplôme ni de qualification. Être dirigeant de l'entreprise ou salarié désigné pour s'occuper de la prévention. Les participants viennent avec la liste des postes et des activités de l'entreprise, le document unique existant s'il y en a un, et les accidents ou presque-accidents connus : ils servent de matière à l'atelier de l'après-midi.		
Format	Présentiel, intra-entreprise, dans les locaux de l'entreprise : l'après-midi se déroule au plus près des unités de travail évaluées. Une journée de 7 h de formation effective.		
Effectif	1 à 6 participants de la même entreprise		
Délai d'accès	2 à 4 semaines après l'analyse du besoin et la signature de la convention		
Formatrice	Maureen Vial		
Accessibilité	Formation accessible aux personnes en situation de handicap, adaptations étudiées au cas par cas avec l'entreprise et le participant. Référente handicap : Maureen Vial, 06 63 06 01 42, vialmaureen@gmail.com.		
Nature	Action de formation au sens de l'article L.6313-1 du Code du travail, non certifiante, sans éligibilité au CPF. La Bulle d'Équilibre est certifiée Qualiopi au titre des actions de formation (certificat n° 1059411-2 délivré par Certifopac le 27/10/2026).		
Réf.	Intitulé	Durée	Effectif
D1	Évaluer les risques professionnels et construire son DUERP	7 h (1 journée)	1 à 6 participants de la même entreprise

Module D1 · Évaluer les risques professionnels et construire son DUERP

Objectif général : Rendre le dirigeant et son salarié désigné autonomes pour évaluer les risques professionnels de leur entreprise, rédiger leur document unique avec la liste des actions de prévention, puis le faire vivre dans la durée.

Public : Dirigeants de TPE et de PME de moins de 50 salariés, accompagnés s'ils le souhaitent de leur salarié désigné compétent en santé et sécurité au travail (article L.4644-1 du Code du travail). Prérequis : aucun.

À l'issue de la formation, le participant est capable de :

- O1. Situer les obligations de l'employeur relatives au document unique selon l'effectif : établissement, mise à jour, liste des actions de prévention, conservation, transmission et sanction.
- O2. Découper son entreprise en unités de travail pertinentes et justifier ce découpage.
- O3. Inventorier les dangers et les situations d'exposition de chaque unité de travail à partir du travail réel, y compris les risques psychosociaux.
- O4. Coter et hiérarchiser les risques à l'aide d'une grille gravité x fréquence.
- O5. Construire la liste des actions de prévention en appliquant les principes généraux de prévention (article L.4121-2), avec un responsable, une échéance et des moyens.
- O6. Organiser la mise à jour, la conservation et la transmission du document unique dans la durée, en s'appuyant sur les ressources de l'INRS.

Déroulé minuté (journée de 7 h)

Horaire	Durée	Séquence	Modalité	Objectifs
9h00-9h20	20 min	Accueil, objectifs de chacun, cadre de confidentialité, questionnaire de positionnement	Tour de table, QCM de 10 questions, auto-évaluation de 0 à 10	
9h20-10h05	45 min	Le cadre : le document unique dès le premier salarié, sa mise à jour, la liste des actions de prévention, la conservation, la transmission au service de prévention et de santé au travail, la sanction ; les neuf principes généraux de prévention	Apport court, quiz oral sur la situation de l'entreprise	O1
10h05-10h45	40 min	Découper l'entreprise en unités de travail : par métier, par lieu, par activité	Atelier sur l'organigramme et la liste des postes de l'entreprise	O2
10h45-11h00	pause	Pause		
11h00-11h50	50 min	Inventorier les dangers : familles de risques, observation du travail réel, accidents et presque-accidents, place des risques psychosociaux	Apport, analyse de photos de situations de travail, liste de repérage	O3
11h50-12h30	40 min	Coter gravité x fréquence et hiérarchiser les priorités	Exercice de cotation en binôme sur un cas commun, mise en commun	O4
13h30-14h50	80 min	Atelier terrain : évaluer les unités de travail réelles de l'entreprise, inventaire et cotation	Observation sur place et échanges avec les salariés, trame du document unique, grille d'observation	O2, O3, O4
14h50-15h35	45 min	Décider les actions de prévention : appliquer les principes généraux, nommer un responsable, fixer une	Atelier sur les risques prioritaires de l'entreprise	O5

		échéance et des moyens		
15h35-15h50	pause	Pause		
15h50-16h40	50 min	Assembler le DUERP amorcé : compléter les unités restantes, vérifier la cohérence entre risques cotés et actions	Rédaction accompagnée sur la trame, relecture croisée	O4, O5
16h40-17h10	30 min	Faire vivre le document unique : déclencheurs de mise à jour, versions datées et conservées 40 ans, transmission au service de prévention et de santé au travail, outils de l'INRS, renvoi vers le module M3 pour le volet RPS	Construction du calendrier de mise à jour de l'entreprise	O6
17h10-17h30	20 min	Évaluation des acquis, satisfaction, plan d'action à 30 jours	QCM de 20 questions, questionnaire, nouvelle auto-évaluation	O1, O2, O3, O4, O5, O6

Total des séquences : 420 minutes, soit 7 h de formation effective, hors deux pauses de 15 min et le déjeuner de 12 h 30 à 13 h 30. Le matin est consacré à la méthode, l'après-midi à l'évaluation des unités de travail réelles de l'entreprise.

Correspondance entre objectifs et séquences

Obj.	Objectif	Séquences	Évalué par
O1	Situer les obligations de l'employeur relatives au document unique selon l'effectif : établissement, mise à jour, liste des actions de prévention, conservation, transmission et sanction.	9h20-10h05 · 17h10-17h30	QCM de sortie
O2	Découper son entreprise en unités de travail pertinentes et justifier ce découpage.	10h05-10h45 · 13h30-14h50 · 17h10-17h30	QCM de sortie et grille d'observation
O3	Inventorier les dangers et les situations d'exposition de chaque unité de travail à partir du travail réel, y compris les risques psychosociaux.	11h00-11h50 · 13h30-14h50 · 17h10-17h30	QCM de sortie et grille d'observation
O4	Coter et hiérarchiser les risques à l'aide d'une grille gravité x fréquence.	11h50-12h30 · 13h30-14h50 · 15h50-16h40 · 17h10-17h30	QCM de sortie et grille d'observation
O5	Construire la liste des actions de prévention en appliquant les principes généraux de prévention (article L.4121-2), avec un responsable, une échéance et des moyens.	14h50-15h35 · 15h50-16h40 · 17h10-17h30	QCM de sortie et grille d'observation
O6	Organiser la mise à jour, la conservation et la transmission du document unique dans la durée, en s'appuyant sur les ressources de l'INRS.	16h40-17h10 · 17h10-17h30	QCM de sortie et grille d'observation

Ce que l'entreprise emporte

L'entreprise repart avec son DUERP amorcé : ses unités de travail, les risques inventoriés et cotés, la liste datée des actions de prévention, et une méthode écrite pour le tenir à jour. Le document unique reste établi sous la

responsabilité de l'employeur : la formation lui en donne la méthode et l'accompagne dans sa première rédaction, elle ne s'y substitue pas.

Parcours possible

Parcours possible : le volet RPS du document unique est approfondi dans le module M3 « Piloter la démarche RPS / QVCT » de la formation « Prévenir les risques psychosociaux et gérer son stress au travail » (7 h). Les deux journées forment un parcours de 14 h.

Repères réglementaires utilisés en formation

Repère	Source
Le document unique d'évaluation des risques professionnels est obligatoire dès le premier salarié.	art. R.4121-1 du Code du travail
Il est mis à jour au moins chaque année dans les entreprises d'au moins 11 salariés, et dans toutes les entreprises à chaque changement important.	art. R.4121-2 du Code du travail
Dans les entreprises de moins de 50 salariés, la liste des actions de prévention est consignée dans le document unique lui-même, dès le premier salarié. À partir de 50 salariés, ces actions forment le programme annuel de prévention (PAPRI Pact) soumis au CSE.	art. L.4121-3-1 du Code du travail
Les versions successives sont conservées 40 ans et le document est transmis au service de prévention et de santé au travail à chaque mise à jour.	service-public.gouv.fr, consulté le 27/10/2026
Absence de document unique : jusqu'à 4 000 € par salarié concerné (art. L. 8115-1 du code du travail, issu de la loi n° 2026-534 du 25 juin 2026).	art. L.8115-1 du Code du travail
Les actions sont choisies selon les principes généraux de prévention.	art. L.4121-2 du Code du travail ; inrs.fr, consulté le 27/10/2026

Il n'existe pas à ce jour de portail national de dépôt du document unique : la formation n'en promet aucun.

Dispositif d'évaluation

Quand	Outil	Ce qu'il mesure
Avant	Fiche d'analyse du besoin avec le dirigeant : effectif, activités, existence d'un document unique, unités de travail pressenties, participants	Adaptation au contexte
Entrée	Questionnaire de positionnement (10 questions, identiques aux 10 premières questions du QCM de sortie) et auto-évaluation de 0 à 10 de son aisance pour évaluer les risques de l'entreprise	Niveau initial
En continu	Grille d'observation des ateliers, en particulier de l'atelier terrain de l'après-midi	Acquisition en situation
Fin de journée	QCM de 20 questions, seuil de réussite 70 % (14 / 20), et attestation individuelle de fin de formation ; DUERP amorcé remis à l'entreprise	Atteinte des objectifs
Fin de journée	Questionnaire de satisfaction et nouvelle auto-évaluation de 0 à 10	Satisfaction, progression ressentie
J+90	Questionnaire de transfert (unités complétées, actions	Effet en situation de

	réalisées, mise à jour, transmission au service de prévention et de santé au travail) et restitution écrite anonymisée au dirigeant	travail
--	---	---------

Méthodes et moyens pédagogiques

- Apports courts, appuyés sur les textes du Code du travail et les ressources en libre accès de l'INRS
- Exercices de cotation sur un cas commun, puis atelier terrain sur les unités de travail réelles de l'entreprise
- Observation du travail réel et échanges avec les salariés concernés, avec l'accord du dirigeant
- Rédaction accompagnée du DUERP amorcé sur une trame remise en format modifiable
- Livret participant et fiches outils remis à chaque participant : grille de cotation, trame du document unique, calendrier de mise à jour

Modalités et délais d'accès

Formation organisée à la demande de l'entreprise, après un échange d'analyse du besoin et la signature d'une convention de formation. Délai d'accès : 2 à 4 semaines après l'analyse du besoin et la signature de la convention. Calendrier type : réponse à toute demande sous 48 h ouvrées ; proposition, programme et convention sous 5 jours ouvrés après l'entretien d'analyse du besoin ; session 2 à 4 semaines après la signature ; convocation envoyée 8 jours avant la journée.

Sanction de la formation

Attestation individuelle de fin de formation remise à chaque participant, avec les objectifs et le résultat de l'évaluation des acquis (article L.6353-1 du Code du travail). Formation non certifiante, non éligible au CPF.

Qualification de la formatrice

Maureen Vial est fondatrice de La Bulle d'Équilibre, cabinet d'accompagnement spécialisé dans la prévention des risques professionnels (DUERP, RPS, qualité de vie au travail) auprès des artisans, TPE et PME. Elle accompagne des entreprises dans l'évaluation de leurs risques et la rédaction de leur document unique, et conçoit et anime la formation « Prévenir les risques psychosociaux et gérer son stress au travail », dont le module M3 traite le volet RPS du document unique.

Tarifs

Formule	1 à 5 stagiaires	6 stagiaires
D1 · 1 journée de 7 h, intra-entreprise	1 050 €	1 400 €
Parcours D1 + M3, 14 h	2 100 €	2 800 €

Prix HT par session pour le groupe entier, TVA non applicable, art. 293 B du CGI. Frais de déplacement inclus dans un rayon de 30 km autour de Lyon, au barème kilométrique URSSAF au-delà. Le prix suit la taille du groupe, comme le calcul des OPCO, qui prennent en charge un montant par heure et par stagiaire selon les critères de chaque branche.

Programme établi le 27/10/2026 · La Bulle d'Équilibre · Maureen Vial